PARTAGEONS

Journal de l'Intergroupe OA de Québec

Décembre 2011

Le miracle de OA dans ma vie

Ma Puissance Supérieure m'écoute...
J'ai la chance et le privilège de faire parti des O.A. depuis quelques 24 heures et en plus d'être abstinente.
Avec le temps ,les Étapes sont devenues pour moi des piliers autour de laquelle ma vie gravite. Parfois dépendamment des événements ou de mes besoins ,il m'arrive de douter de l'implication de ma P.S. dans toutes les situations qui surviennent.
Un soir alors que le sommeil tardait à venir parce que j'avais une situation qui me préoccupait, je me surpris à dire à ma P.S.: écoute si c'est possible demain j'aimerais que la situation se déroule premièrement comme ça ensuite de cette façon troisièmement de cette manière et qu'à la fin elle se déroule comme suit. Bien sûr si tout ça est vraiment ce qui sera la meilleure chose pour moi.
Le lendemain lorsque l'évènement arrive et que la personne qui est devant agit premièrement comme je l'avais demandé, deuxièmement, exactement comme je le souhaitais, bien sûr j'ai crû au hasard. Mais ensuite que le troisièmement arriva encore comme à ma demande là j'étais très perplexe et quatrièmement quand la fin se déroula comme prévu, j'étais tout simplement décontenancée, éberluée, stupéfaite bref comme dirait un ado j'étais sur le ....
Quelques heures plus tard je réfléchissais à tout ça, je n'en revenais tout simplement pas. Si j'avais eu par le passé des doutes sur l'existence de ma P.S. et de son intervention dans ma vie, alors là j'étais servie. C'était évident: non seulement Elle agît dans ma vie mais par surcroît (quelques fois) de la manière dont je le lui demande. C'est franchement fascinant. Essayez-le vous verrez comment Elle peut agir quand on le lui demande. Bien simplement,

Huguette

Le miracle opère encore...

Des fois je me dis: « mon bonheur va peut-être me lâcher? » et la peur me prend: tout d'un coup que ma vie redeviendrait aussi peu intéressante qu'elle l'était avant de connaître les OA! Mais justement, avec OA j'apprends à ne pas laisser la peur m'envahir et à apprécier le bonheur. Ne vous découragez pas: je suis dans OA depuis plus de 7 ans et ça fait un an seulement que je suis capable de dire que je suis heureuse car cela a maintenant une signification pour moi.

Je suis dans une période ou ça ne va pas a mon goût avec mon poids mais je ne perds pas mon bonheur pour autant. Avec OA j'ai énormément d'espoir. De l'espoir tout plein... de l'espoir quand je suis avec les membres OA. Ces simples petites choses sont en soi un miracle!!!

Et puis après tout: j'ai OA dans ma vie... comment pourrait-elle perdre ses couleurs?

Décembre et Janvier 2011-2012

dim.	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.
				1	*2*	*3*
4	*5*	*6*	*7*	*8*	*9*	*10*
11	*12*	*13*	*14*	*15*	*16*	*17*
18	*19*	*20*	*21*	*22*	*23*	*24*
25	*26*	*27*	*28*	*29*	*30*	*31*
1	*2*	*3*	*4*	*5*	*6*	*7*

Légende

Groupe OUVERT pendant les fêtes

Groupe FERMÉ pendant les fêtes

Vœux de Noël

Noël, c'est l'anniversaire le plus célébré sur terre, mais par tous. Ça peut être la fête du bonheur, de la joie et surtout de l'amour !

Puisse ce Noël, pour tous et chacun, être le plus merveilleux qui soit et que les plus grands bonheurs inondent nos cœurs de joie. Ce sont les vœux que je formule pour chacun de nous qui nous partageons tant et que je désire voir heureux, joyeux et libre à chaque jour que notre Ps va nous le permettre !

Nous tous membres OA, nous faisons partie de ces gens que j'aime tout spécialement. J'apprécie cette compagnie parce que nous dégageons une belle énergie et que votre joie de vivre est vraiment communicative. Pour moi, nous ne sommes pas simplement qu'une connaissance, nous sommes des êtres humains qui ont souffert de la même façon, qui attache beaucoup d'importance à leur rétablissement et qui manifeste leur reconnaissance à Noël comme particulièrement un beau moment pour l'exprimer bien tendrement à tous les membres que nous côtoyons.

L'amitié entre nous naît comme ça, tout simplement un bon jour sans que nous ayons besoin d'y investir quoique ce soit. En réalité, il faut y mettre de la confiance pour nous apprivoiser, du temps bien entendu pour s'impliquer dans les services et de la disponibilité pour nous épanouir pleinement et de nous développer également.

Puissent ces vœux témoigner de cette belle fraternité qui nous anime et qui contribue un peu à agrémenter notre abstinence, notre quotidien.

Gilles V., président de l'Intergroupe

OA: La voix du coeur

Pourquoi suis-je reconnaissante à OA? Pourquoi ai-je un espoir vivant pour le futur? Pourquoi la nourriture ne constitue plus une lutte continuelle? Il y a plusieurs raisons...

En arrivant à OA, il était évident que ce n'était pas un groupe de "perdez-votre-poids-en-six-semaine", mais qu'il y avait quelque chose d'autre à considérer. Ça concernait la voix du coeur. J'y ai rencontré des gens qui riaient de leurs histoires avec la nourriture et ils en parlaient calmement. À cette époque pour moi, je ne vivais que ceci: peurs, anxiété, attaques de panique, la folie, les mensonges, orgies de bouffe incontrôlables, cacher de la nourriture, voler de l'argent à mes proches pour me payer de la nourriture. J'étais la plupart du temps sur un "high" pour ensuite descendre aux abîmes. Je faisais aussi de l'exercice à outrance et il fut un moment donné ou je ne perdais même plus de poids... j'y ai presque laissé mon emploi.

Je suis arrivée à OA et "oh comble de malheur" on aurait dit des fanatiques de Dieu! Pour moi, c'était la faute de Dieu si j'étais grasse. Ce qui m'a fait demeurer à ma première réunion c'est que les gens parlaient un language que je connaissais au sujet de la nourriture. Ou, ailleurs qu'ici, pouvais-je aller? J'avais tout essayé.

Je me suis trouvée une marraine qui avait aussi été une menteuse compulsive... je savais alors que je ne pourrais pas lui mentir car elle s'en rendrait compte. J'ai également étudié le gros livre, fait du service dans mon groupe et pratiqué les Étapes. C'est alors que ça s'est produit: BANG!!! Dieu m'a enlevé la haine que j'avais pour moi-même... et j'ai commencé à voir les gens différemment.

L'air frais me rentrait dans le corps à mesure que la peur s'atténuait...

Plusieurs années plus tard ici à Québec j'ai découvert d'autres aliments qui me nuisaient. Avant je n'étais tout simplement pas prête à l'admettre. Aujourd'hui les rages de nourritures sont presques disparues... et les batailles quotidiennes aussi.

Bref, ce qui me fait avancer aujourd'hui c'est: "Mets-toi à genou pour prier, n'abandonne en AUCUN cas car Dieu sait ce qu'il fait... laisse-le donc faire!"

Je te embrasse... puisses-tu prier.

> Je t'embrasse…
>
> puisses-tu prier.

Noël c'est l'amour! Chaque fois que je partage l'amour c'est Noël!

-Quand nous venons d'un milieu dysfonctionnel, il y a une foule de gens qui nous y ont fait souffrir. Mon conjoint m'a partagé qu'il y en plusieurs qui l'ont blessé. Et j'ai réalisé que j'étais dans ce lot de personnes. C'est à moi de découvrir que je l'ai blessé et comment je l'ai en fait lésé. Et je confie tout ça à ma Ps pour qu'elle m'aide à régler ces torts que j'ai causés.

-À mon travail, il y a une personne de qui je ne veux même pas me faire regarder. Avec la gestionnaire que j'ai présentement, j'apprends à me respecter. Je lui redonne des tâches pour qu'elle s'en occupe surtout quand ça la concerne. J'appréhendais ma fête et finalement, ça s'est bien passé. Dans l'abstinence, j'essaie de m'aimer assez pour laisser ma gestionnaire s'occuper de dealer avec les deux personnes avec lesquelles j'ai de la misère. En ayant confiance à ma Ps, je suis convaincue qu'elle va combler le vide. Je Lui laisse ce vide.

> « Le seule remède à l'amour c'est d'aimer davantage »

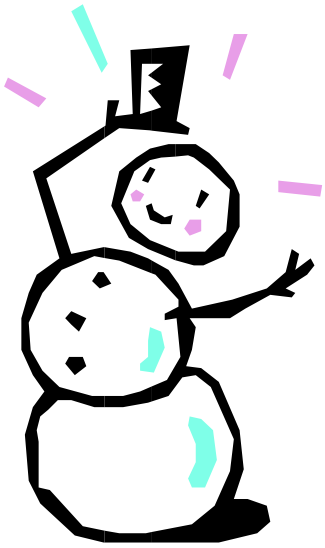
-Le mot «aimer» a la même racine que le mot «aimant». Je me rappelle du petit enfant qui était enthousiaste, grouillant et même dérangeant, qui était aussi rempli d'amour. Aujourd'hui, l'amour que j'ai en moi, je la transmets aux autres. Je reçois d'une main et l'autre donne tout autant. Je me rappelle de ce petit garçon qui a grandi à l'ombre du clocher de l'église de St-Ambroise et qui y a appris à aimer et partager la vie.

-L'autre jour j'écoutais un CD avant de m'endormir et il y avait cette belle phrase qui m'est restée : « Le seul remède à l'amour, c'est d'aimer davantage. » Il y a un collègue avec qui j'ai de la misère. Il me pique souvent et fréquemment. Je prie pour lui. Je change de place et je me retrouve malgré moi à côté de lui. Je peux lui faire des compliments. Je me sens mieux. Et je me sens accompagnée par ma Ps.

-Ce matin, je suis allée donner un cours. J'ai découvert que l'acte de donner ainsi, c'est ma façon de m'aimer et d'aimer les autres. Je prends aussi soin de moi, un spa de la musique de détente, de la tranquillité... et le don est merveilleux. Il me permet de donner et de revoir de l'amour.

-L'amour est gratis. Le seul problème, c'est qu'il ne vient pas avec un mode d'emploi. Une chose est sûre : Plus nous en donnons, plus nous en recevons. J'ai appris à ne pas m'imposer à laisser Dieu agir en moi et en nous. Ce que nous vivons en nous, à l'intérieur, se reflète à l'extérieur.

-Dans ma famille, Noël c'est la fête des centres d'achats. Je n'y trouve plus de satisfaction. J'ai décidé désormais de m'amuser comme quand j'étais petit. On va s'amuser en famille, aller patiner, jouer dans la neige. Je ne veux pas me retrouver un 23 décembre et me tuer à aller dans un Walmart pour acheter de quoi me faire aimer. Je veux vivre et échanger des manifestations d'amour comme de l'admiration, du respect et de la confiance. J'ai découvert que le plus important dans ma vie, c'est la santé, l'amour et la passion.



« Ce que nous vivons en nous, à l'intérieur, se reflète à l'extérieur »

-Je réfléchis sur cet amour de soi. Et cet exemple me vient : le 23 décembre, ça sera une fête familiale chez nous. Et nous allons recevoir la famille élargie au restaurant. Nous n'avons pas de sucre, pas d'alcool, pas de boissons chez nous. Alors nous les invitons au restaurant. Tous semblent contents et en tout cas ne s'en plaignent pas. Je me suis choisie. Je n'aurai pas la tête dans les fourneaux. J'aurai toute mon énergie pour échanger, pour parler avec tout ce beau monde. Je crois que c'est comme ça que s'exprime l'esprit de partage des Fêtes.

-Noël, c'est l'amour. C'est difficile de limiter ça à Noël. Chez nous, quand j'étais petite c'était Noël à l'année. Il y avait tout plein d'amour. Aujourd'hui, je ne suis plus seule. J'ai des amies présentes et lorsqu'elles sont parties, mon petit chien m'en donne tout plein tous les jours. Ce n'est pas pareil. Je vous souhaite que Noël ne soit pas le seul moment pour fêter, pour exprimer ou partager l'amour.

-Lorsque je me donne de l'amour et que je partage cet amour dans OA, chaque fois c'est Noël.

Partage du Groupe L'Essentiel sur le thème du mois de décembre 2011.

Intergroupe OA de Québec
2700 Boul. Laurier
C.P. 31121
Québec (QUÉBEC) G1V 2L8
418-871-8240

Le groupe Revivre du mardi soir à 20hres à Neufchatel t'invite à fêter Noël le mardi 20 décembre 2011 à leur local habituel. Apporte une carte de Noël avec une pensée choisie dans la belle littérature OA. Les cartes seront distribuées lors de cette réunion!

Le voici! C'est le logo du congrès OA de la Région 06 qui se tiendra à Ottawa en octobre 2012! Je t'invite fortement à t'inscrire... c'est déjà disponible! Tu verras sur le site suivant le lien ci-joint que tu peux également magasiner et t'acheter un t-shirt, un sac à dos et même un journal intime à l'effigie du congrès. Que dirais-tu cher ami OA si Québec se déplaçait en grand nombre pour aller se rétablir ensemble? Un congrès de la Région 06 c'est gros: on en revient *booster à bloc* pour notre rétablissement. Que ma PS entende ma prière...

http://oaregion6.org/2012fr/

S'il est un temps ou les outremangeurs peuvent accomplir des miracles, c'est bien dans le temps des fêtes. Serrons-nous les coudes, vivons nos étapes, visitons nos groupes et parlons-nous au téléphone: seuls c'est trop pour nous. Ensemble accomplissons le miracle de OA.